Кушать подано!

www.appetite.org.ua
№8/9(37) 2009
ISSN 1819-8910
08>
4 821819 891063

Красивая и сочная корзинка из небольшой дыни с богатством фруктов и ягод внутри – прекрасный легкий десерт, который не сможет оставить равнодушным никого (рецепт на стр. 61).

Вкусный месяц

- рыбные салаты
- бутерброды в школу
- разнообразные супы
- необычные фритаты

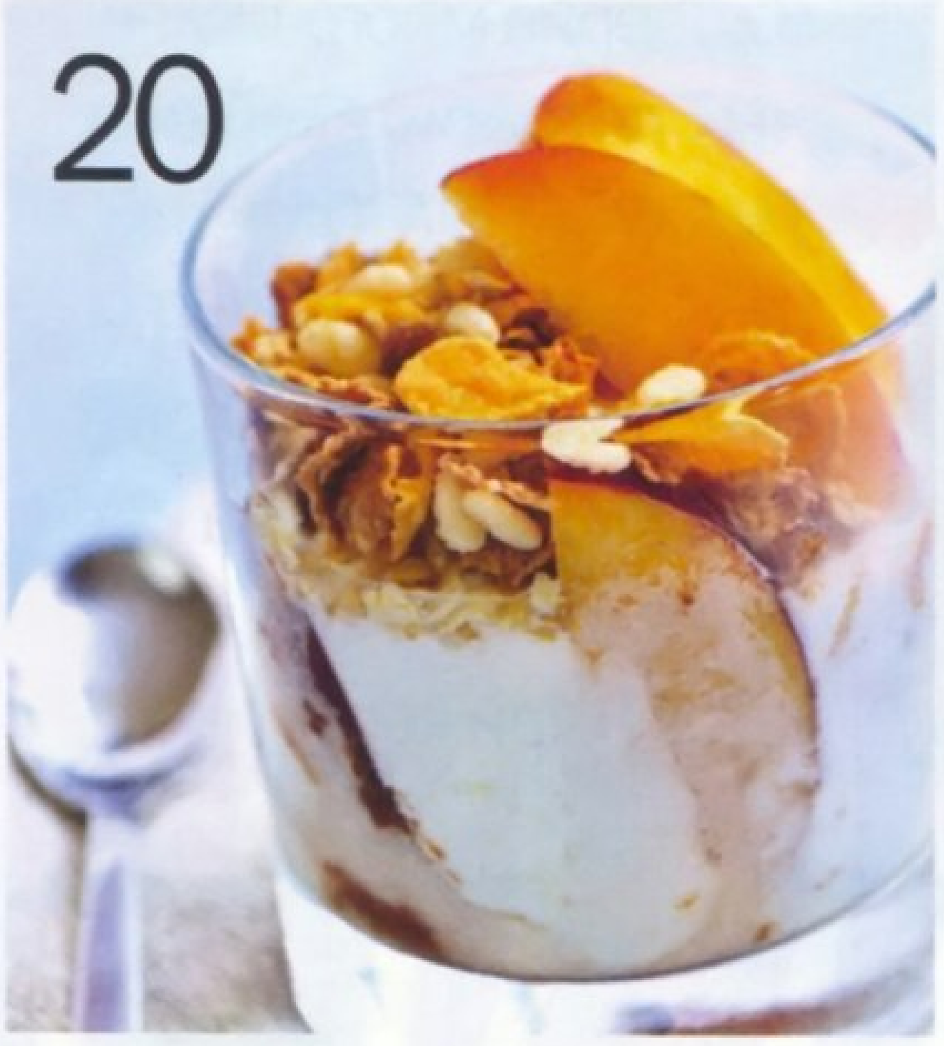
55 рецептов

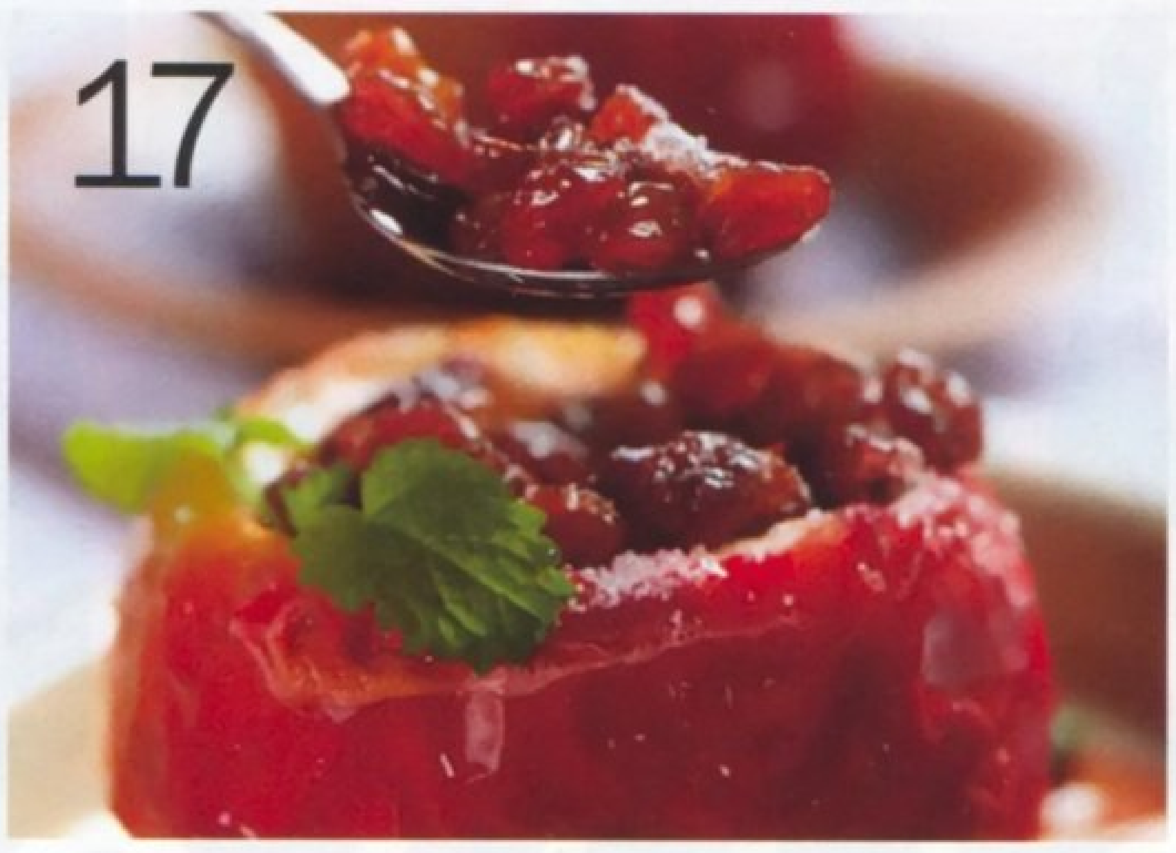
Осенние запеканки

Journal-plaza.net ®
Journal-plaza.net

Кушать подано!

№8/9 (37) '2009





4 Новости

6 За покупками
Ягодный прием

10 Сытный обед
По-быстрому и празднично!

17 Продукт месяца
Благородная слива

20 Тема номера
Молочные берега

26 Гурман-клуб
С салатом по жизни!

31 Простые рецепты
Часть 6. Творог

35 Мастер-класс
Неповторимая нежность

38 Проще простого
Фритата или все же омлет?

42 Заготовки
Запасы на зиму

46 Кулинарная библиотека
Суповая экспансия

54 Детское меню
Скажи «сы-ы-ыр»

56 Рецепты читателей
Легкость бытия

58 Напитки
Дынно-арбузная сказка

61 Рецепт с обложки
Фруктовая корзинка из дыни

63 Техника
Утро хорошего дня

64 Посуда
Всякая всячина

65 Сервировка
Любимый горошек

66 Кулинарные хитрости
5 способов сделать компот еще вкуснее

www.appetite.org.ua

ШЕФ-РЕДАКТОР
Светлана Островская

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Татьяна Капелюшна

АРТ-ДИРЕКТОР
Вячеслав Марченко

ДИЗАЙНЕРЫ
Анастасия Леднёва, Наталья Недзведская

КОНТРОЛЬНЫЕ РЕДАКТОРЫ
Татьяна Логвиненко, Ирина Любченко, Элеонора Чепинская

ФОТОГРАФ
Владимир Хомяков

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ
Татьяна Кожанова

ОТДЕЛ РЕАЛИЗАЦИИ
Мария Котовская, Ольга Петрусь

Журнал «Кушать подано!», №8/9 (37) 2009
Свидетельство о регистрации
КВ №13373-2257ПРот 06.11.2007 г.
Подписной индекс 95474
Выходит 12 раз в год. Издается с апреля 2006 г.
Учредитель и издатель – ООО «Блиц-Пресс»
Директор – Николай Москаленко

За содержание и достоверность рекламной информации ответственность несет рекламодатель.
Мнение редакции не всегда совпадает с точкой зрения авторов.
Полная или частичная перепечатка материалов допускается только с письменного разрешения редакции.

Цветоделение и печать – СЭЭМ
Киев, ул. Бориспольская, 15; тел. 425-1254
Цена свободная. Тираж 55 000 экз.

Адрес редакции и издателя: 02140, Киев, ул. Мишуги, 3-в, оф. 19
Телефон редакции: (044) 501-4860, факс: (044) 501-4863
E-mail: office@imedia.org.ua, http://www.appetite.org.ua

По вопросам размещения рекламы обращайтесь, пожалуйста, по телефонам: (044) 501-4860, 501-4861
© «Блиц-Пресс», 2009 г.
Все права защищены.

international media издательский дом

Journal-plaza.net

КЛАДЕЗЬ ПОЛЬЗЫ В УДОБНОЙ УПАКОВКЕ

Впервые на украинском рынке ТМ «Жменька» представляет перловую и гороховую крупы в порционных пакетиках для варки. Современные технологии производства позволяют сохранить в крупе ТМ «Жменька» максимум витаминов и минеральных веществ, которыми так богаты перловка и горох. К тому же крупы в пакетиках намного проще и быстрее готовить, что экономит ваши силы и время. Горох и перловую крупу, упакованные в специальные пакеты, не нужно предварительно перебирать и промывать. Легко отмерять необходимое количество крупы – из одного пакетика получается ровно две порции каши. Нет необходимости постоянно следить за готовностью крупы: горох или перловка готовы, как только займут весь объем пакетика. Серия круп в пакетах для варки ТМ «Жменька» предназначена для людей, которые ценят качество и быстроту приготовления, а также для людей, ведущих активный образ жизни.

Лучшее шампанское Крыма

4 августа мир отметил День шампанского. В этот день в 1668 году монах-бенедиктинец Дон Периньон изобрел шампанское. Специально к этому событию ДП «Крымский Винный Дом» приурочило рестайлинг серии шампанских и игристых вин ТМ OREANDA. Был изменен логотип торговой марки и этикетка продукта. На данный момент линейка шампанских и игристых вин состоит из четырех видов шампанского (брют, сухое, полусухое и полусладкое) и двух видов игристого вина (розовое полусладкое и красное полусладкое). Европейский уровень производства, а также уникальная технология изготовления вина обеспечили ДП «Крымский Винный Дом» возможность производства исключительно натурального и высококачественного продукта, получившего широкое признание

и доверие многочисленных потребителей вин ТМ OREANDA. Отметим, что в этом году вина ТМ OREANDA были удостоены Золотого приза «За лучшую торговую марку» в Париже.

Яблочный уксус – эликсир здоровья и молодости

Польза яблок известна всем. У англичан даже есть старая пословица: «Съедай хотя бы одно яблоко в день, забудешь дорогу к врачу». Яблочный уксус Kühne сохраняет в себе все полезные свойства свежего яблока. В нем содержится 18 важнейших минеральных веществ и микроэлементов, ценные кислоты, целый ряд ферментов и аминокислот. Большую роль в оздоровлении организма играет содержащийся в яблочном уксусе пектин, который способствует процессу пищеварения и выполняет ряд полезных для организма функций: снижает уровень холестерина в крови, улучшает состояние кровеносных сосудов, предупреждает развитие атеросклероза, гипертонии. Яблочный уксус также содержит провитамин А – один из самых сильных антиоксидантов. Он нейтрализует негативное влияние свободных радикалов на организм. Тем самым прием яблочного уксуса препятствует преждевременному старению. Используя яблочный уксус Kühne в кулинарии, особенно добавляя несколько капель в свежеприготовленные салаты, вы можете быть уверены, что действительно заботитесь о своем здоровье.

Journal-plaza.net

Ягодный прием

Морсы, сокосодержащие напитки и прохладные чаи не только быстро утолят жажду, но и обогатят организм витаминами и макроэлементами.

Напиток из клюквы, ТМ Santal

Состав: вода, сахар, концентрированный сок из клюквы (не менее 26%). 1000 мл. Углеводы – 12 г. 45 ккал/100 мл.

Клубнично-клюквенный морс, ТМ Sandora

Содержит пюре из клубники и клюквы, яблочный сок и сок бузины. 1000 мл. 47 ккал/100 г.

Морс из яблок и клюквы, ТМ «Садочок»

Минимальная плодовая часть в напитке – 18%. Неосветленный и стерилизованный. 380 г. 47 ккал/100 г.

Земляничный морс, ТМ «Лесная ягода»

Безалкогольный напиток, содержащий сок земляники и сахарный сироп. 1000 мл. 39 ккал/100 г.

Напиток Spring, ТМ Jaffa

Безалкогольный сильногазированный напиток с экстрактом женьшеня. 500 мл. 38 ккал/100 г.

Напиток Nestea, ТМ Nestle

Освежающий чай со вкусом лесных ягод. Без консервантов и синтетических красителей. 500 мл.

Морс из клюквы, ТМ Rich

Содержит пюре клюквы и сок винограда. Фруктовая часть – не менее 18%. 1000 мл. 47 ккал/100 г.

ВЛАДИМИР ХОМЯКОВ

Journal-plaza.net

По-быстрому и празднично!

Перефразируем известную сентенцию «Хочешь, чтобы было хорошо, – сделай это сам» в кулинарную: «Хочешь, чтобы было вкусно, – приготовь блюдо сам». Тем более что приготовление овощных запеканок из этой подборки – настоящее творчество! Поменял ингредиент или даже просто поэкспериментировал с видом сыра – и вкус уже совсем другой. Наслаждайтесь творчеством!

75 минут | 589 ккал | 6 порций

Картофельная запеканка по-французски

Рецепт на стр. 14

123RF

Journal-plaza.net

Запеканка из брюссельской капусты и моркови с сыром

Рецепт на стр. 14

Эта запеканка очень простая и быстрая, но вместе с тем и «нарядная», праздничная. Она понравится тем, кто тщательно следит за своим весом. Если не любите брюссельскую капусту, положите брокколи.

45 минут

393 ккал

4 порции

Journal-plaza.net

75 минут | 524 ккал | 6 порций

Для приготовления лазаньи можно использовать свежие помидоры, нарезанные кубиками, а можно и консервированные томаты, предварительно сняв с них кожицу.

Томатная лазанья с моцареллой и маскарпоне

Рецепт на стр. 15

123RF

Journal-plaza.net

Баклажанная запеканка с картофелем

Рецепт на стр. 15

80 минут | 402 ккал | 6 порций

Если вы любите кабачки, их можно добавить в соус, нарезав кубиками, или же сделать отдельный кабачковый «слой», нарезав их кружочками.

Journal-plaza.net

Картофельная запеканка по-французски

На 6 порций:

- *300 г мяса (вырезки)*
- *6 средних картофелин*
- *150 г репчатого лука*
- *150 г моркови*
- *100 г майонеза*
- *150 г твердого сыра*
- *4 ст.л. растительного масла*
- *свежая зелень петрушки*
- *соль, перец по вкусу*
-

1 Мясо порежьте на 6 порционных кусочков, отбейте, посолите и поперчите. Обжарьте на 2 ст.л. растительного масла до полуготовности. Разогрейте духовку до 180°С.

2 Картофель очистите, нарежьте кружочками средней толщины. Лук нарежьте кубиками, морковь – небольшими кружочками или натрите на крупной терке. Сыр также потрите на терке.

3 Глубокую (с бортиками 6–8 см) огнеупорную форму диаметром 20–24 см смажьте растительным маслом и укладывайте все ингредиенты слоями.

4 На дно формы выложите мясо, затем треть лука и треть моркови. Сверху выложите кружочки картофеля, посолите, уложите оставшийся лук и морковь. Снова посолите и поперчите, смажьте майонезом и посыпьте тертым сыром.

5 Запекайте в духовке до образования аппетитной золотистой корочки. При подаче посыпьте запеканку мелко нарезанной зеленью петрушки.

Запеканка из брюссельской капусты и моркови с сыром

На 4 порции:

- *600 г кочанчиков брюссельской капусты*
- *400 г некрупной моркови*
- *200 г твердого сыра*
- *1 ст.л. растительного масла*
- *2 яйца*
- *150 мл сметаны или сливок*
- *сухая зелень для запеканок (или для пиццы)*
- *молотый мускатный орех на кончике ножа*
- *соль по вкусу*

1 Морковь промойте, отварите, очистите от кожуры, нарежьте толстыми кружочками.

2 Кочанчики брюссельской капусты промойте и также отварите в слегка подсоленной воде.

3 Сыр натрите на крупной терке. Дно и бортики огнеупорной формы смажьте растительным маслом.

4 Морковь и брюссельскую капусту уложите в форму. Посыпьте небольшой частью тертого сыра.

5 Яйца взбейте, смешайте со сметаной (сливками), добавьте сухую зелень для усиления аромата и положите оставшийся тертый сыр. Добавьте мускатный орех, посолите.

6 Вылейте яичную смесь на капусту и морковь.

7 Запекайте блюдо в разогретой духовке при средней температуре 15 минут.

123RF

Journal-plaza.net

Томатная лазанья с моцареллой и маскарпоне

На 6 порций:

- *1 упаковка (400 г) листов лазаньи*
- *800 г свежих помидоров или 2 банки (по 400 г) консервированных томатов*
- *250 г маскарпоне*
- *3 шарика моцареллы*
- *2 луковицы*
- *2 зубка чеснока*
- *2 ст.л. оливкового масла*
- *несколько листьев базилика*
- *соль по вкусу*

1 Листы лазаньи отварите в подсоленной воде. Измельчите лук и чеснок, обжарьте на 1 ст.л. оливкового масла. Добавьте помидоры.

2 Свежие помидоры нарежьте кубиками, а с консервированных предварительно снимите кожицу. Тушите 15 минут, пока соус не загустеет, снимите с огня. Порвите руками листья базилика, добавьте к соусу.

3 Огнеупорную форму с высокими бортиками смажьте оставшимся оливковым маслом, выложите слой листов лазаньи, смажьте частью томатного соуса, разложите часть маскарпоне и порванный на кусочки шарик моцареллы. Затем снова выложите листы лазаньи. Чередуйте слои несколько раз. В конце выстелите последний слой лазаньи и выложите оставшийся томатный соус. Запекайте лазанью около 40 минут при средней температуре. Украсьте листьями базилика и тертым сыром.

Баклажанная запеканка с картофелем

На 6 порций:

- *2 средних баклажана*
- *5 помидоров*
- *4 картофелины*
- *2 моркови*
- *1 луковица*
- *2 зубка чеснока*
- *2 болгарских перца*
- *2 ст.л. растительного масла*
- *любая зелень*
- *соль, перец по вкусу*

1 Баклажаны нарежьте кружочками, посолите и дайте постоять 10 минут, затем промойте холодной водой (чтобы избавиться от возможной горечи), обсушите на бумажном полотенце. Три помидора и картофель нарежьте кружочками.

2 Лук измельчите, чеснок раздавите, оставшиеся помидоры, болгарский перец и морковь нарежьте кубиками, зелень измельчите. Обжарьте лук и чеснок на растительном масле, добавьте помидоры, болгарский перец и морковь, перемешайте, посолите и поперчите, положите зелень.

3 Подготовленные баклажаны, картофель и помидоры выложите слоями в смазанную маслом огнеупорную форму. Все слои немного посолите и поперчите.

4 Сверху на овощи выложите приготовленный соус.

5 Запекайте блюдо в разогретой до 165°C духовке до готовности картофеля (около 35 минут).

Journal-plaza.net

Овощи, фаршированные рисом

На 2 порции:

- 1 небольшой кабачок
- 1 крупный болгарский перец
- 1 крупный помидор
- 200 г вареного пропаренного риса Gold ТМ «Жменька»
- 2 ст.л. консервированной кукурузы
- 1 вареная морковь
- 1 луковица
- 2 ст.л. растительного масла
- 4 ст.л. рубленой зелени
- соль, перец по вкусу

1 С помидора срежьте верхнюю часть в виде крышечки, выньте часть мякоти с семенами, измельчите ее. Кабачок разрежьте вдоль, часть мякоти по центру удалите, также измельчите. Перец разрежьте пополам, семена и перегородки удалите.

2 Лук и морковь мелко порубите, соедините с рисом, зеленью, кукурузой, мякотью помидора и кабачка, посолите и поперчите, перемешайте. Наполните начинкой овощи, сбрызните маслом.

3 Заверните овощи в фольгу, аккуратно выложите на противень и запекайте 20 минут в разогретой духовке.

60 минут | 387 ккал | 2 порции

Чтобы поэкспериментировать с новым вкусом, в рисовую начинку по желанию можно добавить немного изюма или 1 ст.л. кедровых орешков.

Зерна пропаренного риса Gold от ТМ «Жменька» благодаря технологии обработки паром приобретают золотисто-желтый оттенок и даже после шлифовки сохраняют до 80% витаминов и минеральных веществ.

Благородная слива

Слива в процессе переработки сохраняет большинство своих полезных веществ. Так что любители сливового варенья, чернослива и всевозможной фруктовой выпечки всегда смогут пополнить копилку витаминов в организме.

Сливовый десерт с мороженым и винным соусом

На 8 порций:

- *5 крупных крепких слив*
- *350 г сыра маскарпоне (или густой сметаны)*
- *2 ст.л. сахарной пудры*
- *50 г сахара*
- *3 мандарина*
- *175 мл мадеры*
- *400 г пломбира*
- *300 мл воды*
- *красная смородина, мята для украшения*

1 Четыре сливы разрежьте пополам, удалите косточки. Соедините маскарпоне с сахарной пудрой в миске, слегка взбейте и переложите в вазочку. Поставьте в холодильник.

2 Соедините сахар с водой и мандариновым соком. Медленно доведите до кипения и варите 5 минут. Добавьте мадеру и прогрейте. Снимите с огня.

3 Разогрейте духовку до 200 °С. Разложите сливы в форму в один слой срезанной стороной вверх, полейте винным сиропом. Запекайте 10–12 минут до мягкости.

4 Оставшуюся сливу нарежьте тонкими дольками.

5 Нарежьте мороженое пластинками. Между двумя пластинками положите несколько ломтиков свежей сливы. Сверху поставьте запеченную половинку сливы, фаршированную кремом из маскарпоне. Полейте десерт винным соусом, украсьте мятой и веточками смородины.

123RF

Journal-plaza.net

Для получения идеальных меренг используйте очень чистую стеклянную миску. Не пользуйтесь пластиковым контейнером – на стенках часто сохраняется жир.

Сливовый пирог с меренгами

На 8 порций:

- *упаковка готового песочного теста (500 г)*
- *500 г слив*
- *90 г сахара (фруктозы)*
- *растительное масло для смазывания формы*

Для меренг:

- *4 яичных белка*
- *200 г сахарной пудры*

1 Смажьте растительным маслом форму диаметром 20 см. Раскатайте тесто и положите в форму. Наколите тесто вилкой в нескольких местах.

2 Сливы очистите от косточек, нарежьте половинками, засыпьте сахаром и оставьте на 15 минут. Выложите сливы срезом вверх на тесто и выпекайте в разогретой духовке около 15 минут при 200°С.

3 В отдельной миске взбейте яичные белки в пену, затем понемногу добавьте сахарную пудру, пока не получится крепкая пена. Выньте пирог из духовки, снизьте температуру в духовке до 180°С. Металлической ложкой выложите белки на пирог, не разравнивая, и выпекайте в течение 8 минут до золотистого цвета.

45 минут | 441 ккал | 8 порций

Journal-plaza.net

Сливовые «колобки»

На 4 порции:

- *8 крупных твердых слив*
- *100 г изюма*
- *100 г очищенных грецких орехов*
- *4 ст.л. жидкого меда*
- *сметана по вкусу*
- *масло для смазывания противня*

1 Изюм замочите в кипятке на несколько минут, воду слейте, изюм обсушите на бумажном полотенце.

2 Орехи измельчите. Сливы помойте и обсушите. Аккуратно вырежьте хвостик и косточку с небольшим количеством мякоти. Мякоть отделите от косточек, измельчите, смешайте с изюмом, орехами и медом.

3 Полученным фаршем наполните сливы с верхом.

4 Противень смажьте маслом и выложите на него сливы. Запекайте сливовые «колобки» в разогретой до 180°С духовке 15–20 минут.

5 При подаче полейте фаршированные сливы сметаной.

35 минут | 570 ккал | 4 порции

Сметану можно заменить несладким йогуртом. А еще попробуйте наполнить таким фаршем яблоки.

123RF

Journal-plaza.net

Молочные берега

Что бы человечество делало без молока! Ведь это незаменимый источник кальция, который очень необходим для здоровых зубов и костей, а также источник белка, витаминов A и D. Молоко и молочные продукты всегда должны быть в холодильнике – они пригодятся в миллионах блюд, шесть из которых мы вам предлагаем.

10 минут | 202 ккал | 4 порции

Быстрый фруктовый завтрак

На 4 порции:

- *1 крупный персик*
- *1 крупный нектарин*
- *4 ст.л. мюсли*
- *200 г несладкого йогурта или взбитых сливок*

1 Персик и нектарин помойте, удалите косточки, нарежьте мякоть тонкими продольными ломтиками.

2 Распределите кусочки фруктов по четырем стаканам, залейте несладким йогуртом или взбитыми сливками.

3 В каждый стакан сверху положите по 1 ст.л. мюсли, украсьте оставшимися фруктами.

4 Можно добавлять кусочки сухофруктов, орешки и тертый шоколад по вкусу.

123RF

Journal-plaza.net

Куриное филе под сливочным соусом с грибами

На 4 порции:

- 2 куриных филе
- 1 ст.л. томатной пасты
- 400 г вареного риса
- 250 г свежих шампиньонов
- 200 мл сливок
- 4–5 ст.л. сливочного масла
- 3–4 зубчика чеснока
- 0,5 ч.л. молотого мускатного ореха
- соль, перец по вкусу
- 1 пучок зелени (кинза и петрушка)

1 100 г вареного риса слегка смешайте с томатной пастой и небольшим количеством рубленой зелени.

2 Куриное филе немного отбейте, посолите и поперчите, положите на него приготовленный рис, сверните филе в рулеты, заколите зубочисткой и приготовьте в пароварке или запеките в рукаве в духовке.

3 Грибы нарежьте кусочками. Обжарьте до мягкости в сливочном масле крупно нарезанный чеснок, добавьте грибы.

4 Влейте подогретые сливки и тушите на среднем огне 7–10 минут. Посолите, добавьте мускатный орех и мелко порубленную зелень. Перемешайте, дайте настояться 5 минут.

5 При подаче налейте соус на подогретую тарелку, из оставшегося риса сформируйте клецки и положите их в соус. Филе нарежьте кусочками. Украсьте блюдо свежей зеленью.

В этом рецепте не стоит заменять сливки молоком или сметаной. Будет, конечно, вкусно, но того нежного, сливочного вкуса, который должен быть у этого соуса, не получится.

75 минут | 533 ккал | 4 порции

Journal-plaza.net

50 минут | 488 ккал | 6 порций

Это блюдо выручит вас, когда нужно быстро накормить семью, а на плите осталось немного макарон и «завалявся» кусочек твердого сыра.

Макароны, запеченные с сыром

На 6 порций:

- 400 г макарон (перья, улитки)
- 450 г сыра чеддер (или другого твердого сыра)
- 30 г сливочного масла
- 100 г хлебных крошек
- соль и свежемолотый перец по вкусу

1 Духовку разогрейте до 180 °С. В подсоленной воде отварите макароны до состояния al dente, слейте воду.

2 Нарежьте сыр тонкими ломтиками. Смажьте огнеупорную форму для запекания маслом, выложите на дно четверть от общего количества макарон, сверху положите слой из ломтиков сыра, немного посолите и поперчите. Таким же образом выложите еще три слоя макарон и сыра.

3 В небольшой миске смешайте хлебную крошку (молотые сухарики) с небольшим количеством сливочного масла (можно добавить немного измельченной петрушки). Посыпьте сверху на последний слой с сыром.

4 Запекайте макароны с сыром в духовке до образования золотистой корочки (около 25 минут). Подавайте сразу же.

123RF

Journal-plaza.net

Подавать ньокки можно и с томатным соусом, и с растопленным маслом... В массу можно добавлять что угодно – даже сыры и рубленую ветчину.

95 минут | 594 ккал | 4 порции

Ньокки по-римски

На 4 порции:

- 125 г манки
- 0,5 л молока
- 30 ст.л. сливочного масла
- 40 г тертого пармезана
- 2 желтка
- соль по вкусу
- сливочное масло и еще немного тертого пармезана для посыпки
- растительное масло для смазывания противня

1 Налейте молоко в кастрюлю, добавьте сливочное масло и доведите почти до кипения. Снимите с огня и всыпьте тонкой струйкой манку, размешивая венчиком.

2 Поставьте на тихий огонь и варите 4–5 минут, часто помешивая венчиком. Затем выключите огонь, вбейте в массу желтки и всыпьте тертый пармезан, посолите по вкусу.

3 Смажьте противень растительным маслом и выложите горячую массу, разровняв руками, смоченными водой или маслом, так, чтобы получился слой толщиной в 1 см. Полностью охладите.

4 Вырежьте кружочки из остывшей манки с помощью стакана. Обрезки не выбрасывайте.

5 Смажьте маслом огнеупорную форму, выложите на дно обрезки. На них – кружочки внахлест. распределите по поверхности маленькие кусочки масла и посыпьте пармезаном. Запекайте под грилем несколько минут до золотистой корочки.

Journal-plaza.net

Тыквенный суп на молоке

На 4 порции:

- 300 г тыквы
- 1,5 л молока
- 1 яйцо
- 1,5 стакана муки
- 50 г сливочного масла
- 2 ст.л. очищенных тыквенных семечек
- 100 мл воды
- соль и сахар по вкусу
- сливки для украшения блюда

30 минут | 206 ккал | 4 порции

1 Тыкву очистите, нарежьте на некрупные кусочки, положите в кастрюлю, залейте кипятком и варите.

2 Сваренную тыкву протрите сквозь сито и опустите в свежее молоко. Добавьте соль, сахар, сливочное масло, перемешайте и немного подогрейте.

3 Из муки и яйца (с добавлением воды) сделайте маленькие клецки. Сварите их в подсоленной воде и опустите в тыквенный суп. Можете предварительно немножко обжарить клецки на растительном масле.

4 Разлейте суп по тарелкам, украсьте сливками и тыквенными семечками.

Бета-каротин, которым богата тыква, – жирорастворимое вещество, поэтому для лучшего его усвоения желательно в блюда из тыквы добавлять масло, молоко или сливки.

123RF

Journal-plaza.net

Вместо фруктового пюре в часть творожной массы можно добавить 50–60 г растопленного шоколада. Тогда у вас получится традиционная «Зебра».

30 минут | 278 ккал | 4 порции

Десерт «Необычная зебра»

На 4 порции:

- *150 г творога*
- *150 г сметаны*
- *300 абрикосового или персикового пюре (можно заменить джемом)*
- *8 г желатина*
- *50 г молока или воды*
- *1/8 ч.л. ванилина*
- *4 ст.л. сахарной пудры*

1 Желатин залейте молоком или водой, выдержите до набухания, распустите на водяной бане.

2 Творог протрите, смешайте со сметаной и сахарной пудрой. Добавьте подготовленный желатин, перемешайте. Добавьте ванилин.

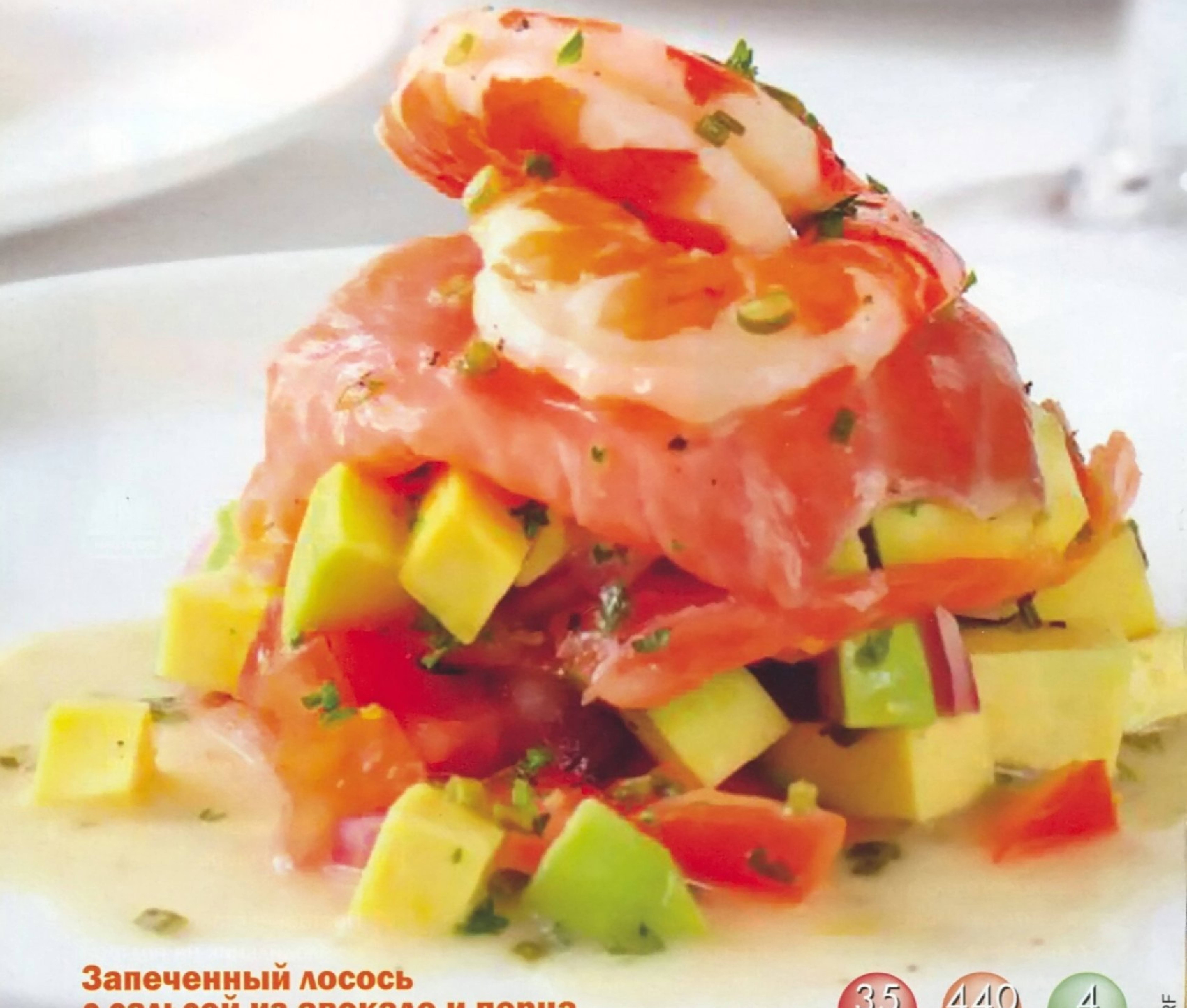
3 В вазочки или высокие стаканы выкладывайте, чередуя, по 1–2 ст.л. белой творожной массы и фруктового пюре.

4 Поставьте стаканы в холодильник на полтора часа. При подаче украсьте взбитыми сливками и листочками мяты.

Journal-plaza.net

С салатом по жизни!

Итальянская народная мудрость гласит: салат должны готовить четыре повара. Повар-скупец приправит его уксусом, повар-философ добавит соль, повар-мот – масло, а повар-художник оформит блюдо. Эти четыре шутливые заповеди нужно знать каждому, кто приступает к приготовлению салата для праздничного или будничного стола.



Запеченный лосось с сальсой из авокадо и перца

Рецепт на стр. 29

35 минут | 440 ккал | 4 порции

123RF

Journal-plaza.net

Картофельный салат с сельдью и лисичками

Рецепт на стр. 29

Еще несколько десятилетий назад считалось, что основное назначение салатов – улучшение аппетита и способствование усвоению пищи. Поэтому их часто подавали перед трапезой. Сейчас салаты превратились в полноценные самостоятельные блюда.

45 минут

517 ккал

4 порции

Journal-plaza.net

Экзотический салат с тунцом и манго

На 4 порции:

- 500 г консервированного тунца
- 2 свежих огурца
- 2 спелых манго
- 2 ст.л. оливкового масла
- 0,5 ст.л. уксуса
- соль, перец по вкусу
- кресс-салат для украшения

1 Консервированный тунец порежьте на кусочки. Огурец и манго нарежьте кубиками.

2 Для заправки смешайте оливковое масло, уксус, соль и перец.

3 На дно небольшого салатника цилиндрической формы уложите кусочки тунца, затем манго, сверху – огурец. Слегка утрамбуйте продукты, чтобы салат получился «слоеным».

4 Быстро переверните содержимое салатника на тарелку, сбрызните заправкой, украсьте кресс-салатом и подавайте.

Многие кулинары до сих пор не могут определиться с тем, что же такое этот загадочный тунец. Всем понятно, что тунец – это рыба, но по вкусу и питательности он ничем не уступает мясу.

Journal-plaza.net

Запеченный лосось с сальсой из авокадо и перца

На 4 порции:

- *600 г филе лосося без костей и кожи*
- *4 ст.л. оливкового масла*
- *4 ст.л. свежих пряных трав (эстрагон, орегано, петрушка)*
- *3 ст.л. сока лайма*
- *2 ст.л. сахара*
- *1 болгарский перец*
- *1 красный острый перец чили*
- *1 авокадо*
- *половинка огурца*
- *8 небольших вареных креветок*
- *соль по вкусу*

1 Разогрейте духовку до 200°С. Филе лосося разрежьте на 8 порционных кусочков.

2 Выложите филе в форму для духовки, смажьте оливковым маслом и приправьте солью. Сверху посыпьте частью измельченных свежих трав. Запекайте филе 8–10 минут.

3 Чили и болгарский перец очистите от семян, измельчите. Из авокадо выньте косточку, выберите мякоть из кожуры, нарежьте. Огурец мелко порежьте.

4 Растворите сахар в соке лайма. Добавьте чили.

5 Смешайте авокадо, болгарский перец и огурец, посыпьте оставшимися пряными травами. Выложите сальсу на тарелку. Сверху уложите филе лосося и вареные креветки. Полейте заправкой.

Картофельный салат с сельдью и лисичками

На 4 порции:

- *250 г картофеля*
- *1 луковица*
- *350 г филе слабосоленой сельди*
- *1 крупный маринованный огурец*
- *6 ст.л. оливкового масла*
- *2 ст.л. уксуса*
- *1 банка консервированных лисичек (350 г)*
- *зелень петрушки*
- *соль, перец и сахар по вкусу*

1 Отварите картофель в течение 20 минут в большом количестве подсоленной воды. Обдайте его холодной водой и снимите кожуру. Нарежьте крупными ломтиками.

2 Огурец нарежьте полосками, лук – тоненькими полукольцами. Лисички откиньте на дуршлаг, слегка промойте холодной водой.

3 Промойте филе сельди холодной водой, подсушите и нарежьте полосками шириной 1–1,5 см. Положите все подготовленные ингредиенты в миску и хорошо перемешайте.

4 Приготовьте маринад, смешав уксус и масло, приправив его перцем, сахаром и солью.

5 Выложите продукты в салатник, полейте заправкой. Украсьте салат несколькими веточками свежей петрушки. По желанию можно добавить несладкое яблоко.

Бальзамический уксус – это особый вид винного уксуса, который производится из белых сортов винограда с повышенным содержанием сахара.

20 минут | 433 ккал | 4 порции

Салат из ветчины с заправкой бальзамико-манго

На 4 порции:

- 150 г смеси салатов (руккола, радиччио)
- 100 г сыра пармезан
- 150 г ветчины
- 1 ст.л. розового перца

Для заправки:

- ½ спелого манго
- 4 ст.л. белого бальзамического уксуса Kühne
- 2 ст.л. овощного бульона
- 4 ст.л. оливкового масла
- свежемолотый перец, соль, сахар по вкусу
- 2 ч.л. измельченного базилика

1 Пармезан порежте тонкими ломтиками или натрите. Выложите салатную зелень, ветчину и розовый перец на блюда.

2 Для маринада: манго почистите, удалите косточку и смешайте мякоть манго с белым бальзамическим уксусом Kühne и овощным бульоном. Добавьте смесь масла, приправ, соли, сахара и базилика.

3 Приправьте салат готовой заправкой и подавайте с хрустящими хлебцами.

Всего лишь одна капля белого бальзамического уксуса Kühne подчеркнет вкус и аромат изысканных десертов и свежих фруктов, а добавляя немного этого особого винного уксуса в салаты, закуски, супы или вторые блюда, вы всегда сможете наслаждаться новыми оттенками вкуса.

Journal-plaza.net

Простые рецепты

Часть 6. Творог

Творог – один из древнейших кисломолочных продуктов, известных человечеству. Приготовлением творога занимались еще жители Древнего Рима. Этот продукт был одним из основных продуктов питания у древних славян, которые употребляли его в пищу практически ежедневно. Интересно, что полноценный высококачественный белок, содержащийся в твороге, усваивается организмом лучше, чем белки мяса, рыбы и даже молока. В кулинарии творог запекают, используют в качестве начинки, готовят из него вкуснейшие десерты. Пробуйте!

123RF

Journal-plaza.net

Творожный пирог

1 сладкий красный перец, 2 луковицы, 2 маринованных огурца, 100 г маргарина, 4 яйца, 1 кг нежирного творога, 60 г манной крупы, 200 г ветчины, по 1 пучку укропа, петрушки и шнитт-лука, чеснок по вкусу.

Перец, лук и огурцы нарежьте кубиками и спассеруйте в 1 ст.л. маргарина. Оставшийся маргарин взбейте до получения густой пышной массы, постепенно добавляя яйца. Затем добавьте отжатый творог, манку, ветчину, пассерованные овощи, приправьте мелко рубленой зеленью укропа, петрушки, шнитт-лука, положите чеснок, перемешайте. Выложите полученную массу в форму, смазанную маргарином, выпекайте при 175°C 40–60 минут. Подавайте как горячую или холодную закуску.

Суп с творожными клецками

400 г черной смородины, 500 мл воды, 3 ст.л. сахара, 2 ч.л. крахмала, 8 ст.л. творога, 2 яйца, 2 ч.л. пшеничной муки, соль по вкусу.

Смородину разомните деревянной ложкой или пестиком и отожмите сок. Мезгу залейте горячей водой, проварите 1–2 минуты. Отвар процедите, всыпьте 2 ст.л. сахара, доведите до кипения. При помешивании тонкой струйкой влейте крахмал, разведенный в холодной воде, доведите смесь до кипения и добавьте отжатый сок. Для клецек творог протрите, соедините с яйцами, оставшимся сахаром, мукой и солью. Тесто разделайте с помощью двух ложек, отварите клецки в подсоленной воде, выньте шумовкой, охладите. Перед подачей положите клецки в тарелку и залейте их супом. Оформите суп сметаной.

Десерт «Творожные орешки»

1 кг творога, 300 г сахарной пудры, 300 г сливочного масла, 200 г обжаренных орехов, 300 г печенья, 4 ст.л. какао-порошка, 2–3 пакетика кокосовой стружки.

Творог протрите через сито, перемешайте со сливочным маслом и сахарной пудрой до кремообразной консистенции. Полученную массу разделите на 6 частей. Три части массы смешайте с какао, 2 части – с молотым печеньем, 1 часть – с орехами. Из массы с орехами сделайте небольшие шарики – «ядрышки» будущих «орешков». Из массы с печеньем сформируйте небольшие лепешки, в которые заверните «ядрышки». Полученные шарики заверните в лепешки из творожной массы с какао. Обваляйте в кокосовой стружке и поставьте на 2–3 часа в холодильник.

Канапе из сыра со шпротами

300 г твердого сыра, 200 г творога, 100 г шпротов, 50 г сливочного масла, 6 маринованных корнишонов, половинка лимона, небольшой пучок кресс-салата.

Сыр нарежьте ломтиками. Творог соедините со шпротами, маслом и взбейте блендером. Ломтики сыра намажьте частью творожно-шпротной массы и соедините их попарно. На каждое канапе отсади-

Journal-plaza.net

те из кулинарного шприца или из пакетика оставшуюся творожно-шпротную массу. Оформите ломтиками корнишонов и лимона, веточками кресс-салата.

Десерт «Зебра»
250 г творога, 250 г сметаны, 10 г желатина, 60 г молока или воды, 50 г шоколада, 1/8 ст.л. ванилина, 4 ст.л. сахарной пудры.
Желатин залейте молоком или водой, выдержите до набухания, затем распустите на водяной бане. Творог протрите, смешайте со сметаной и сахарной пудрой. Добавьте подготовленный желатин, перемешайте, разделите массу пополам. В одну часть добавьте растопленный шоколад, перемешайте. В другую – ванилин. В вазочки выкладывайте, чередуя, по 1–2 чайные ложки белой и темной массы. Поставьте вазочки в холодильник на 1–1,5 часа. При подаче посыпьте десерт какао-порошком.

Лапшевник с творогом
290 г вермишели или макарон, 400 г творога, 650 г воды, 1 яйцо, 40 г сливочного масла, 20 г маргарина, 20 г молотых сухарей, 140 г сметаны для смазывания и подачи, соль по вкусу.
В кипящую подсоленную воду засыпьте лапшу, перемешайте, дайте закипеть и, уменьшив нагрев, варите до готовности. Вся вода при этом должна впитаться в лапшу, а масса получиться вязкой. Готовую лапшу охладите до 70°С. Творог протрите через сито, смешайте с лапшой, добавьте масло и разотрите с сахаром яйцо. Массу хорошо размешайте и выложите на смазанную маргарином и посыпанную сухарями сковороду. Поверхность выровняйте, смажьте сметаной и запекайте лапшевник в духовке при 210°С до румяной корочки. При подаче нарежьте на порции и полейте сметаной.

Оладьи творожные с ягодным пюре
3 ст.л. пшеничной муки, 250 г творога, 1 яйцо, 1 ст.л. сливочного масла, 3 ст.л. сахара, тертая цедра и сок лимона, 4 ст.л. топленого масла, 2–3 ст.л. сахарной пудры, 500 г ягод, 2 ст.л. коньяка, ванилин на кончике ножа, щепотка соли.
Сливочное масло взбейте с 2 ст.л. сахара и ванилином. Цедру смешайте с солью, яйцом, мукой, творогом и масляной массой, замесите тесто и выдержите его 20 минут. Испеките 12 оладий на топленом масле, посыпьте сахарной пудрой. Лимонный сок, ягоды и оставшийся сахар взбейте в блендере, добавьте коньяк. При подаче выложите ягодное пюре на оладьи, оформите ягодами и листиками мяты.

Салат «Умница»
1 зеленое яблоко, 8 фиников, 200 г творога или брынзы, 2 ст.л. йогурта или сметаны.
Яблоко нарежьте соломкой, финики – кусочками. Творог или брынзу разотрите и смешайте с яблоком и финиками. Заправьте салат йогуртом или сметаной.

Journal-plaza.net

Пикантный сырный пирог

150 г пшеничной муки, 100 г маргарина, 40 г сахара, 1 ст.л. сметаны, 75 г твердого сыра, 1 яйцо, 100 г сливок, 300 г творога, 0,5 ч.л. молотой паприки, щепотка кайенского перца, 1 ст.л. бренди, соль по вкусу, редис (или свежий огурец) для оформления, 1 ст.л. мелко рубленой зелени петрушки.

Насыпьте муку в чашку. Вотрите маргарин в сахар так, чтобы смесь напоминала хлебные крошки. Добавьте сметану и замесите тесто. Поставьте в холодильник на 30 минут. Раскатайте тесто тонко и выложите в форму для пирога. Поставьте в прохладное место на 15–20 минут. Разогрейте духовку до 170°С. Поставьте форму на самую нижнюю часть духовки и запекайте пирог «вслепую» примерно 10 минут. Разомните сыр, взбейте яйца. Смешайте сыр, яйца, творог, сливки и добавьте паприку, кайенский перец, соль и бренди по вкусу. Выложите начинку на выпеченное тесто и запекайте 15–20 минут, пока корочка пирога не станет золотистой. Охладите. Украсьте пирог рублеными редисом или огурцом и петрушкой.

Паланчинки с картофелем и брынзой

600 г картофеля, 100 г брынзы, 100 г творога, 40 г сметаны, 80 г твердого сыра, 1 яйцо, 40 г сливочного масла, 2 ст.л. зелени петрушки. Для блинчиков: 100 г молока, 50 г газированной воды, 60 г пшеничной муки, 1 яйцо, по 20 г сливочного и растительного масла, соль по вкусу.

Из указанных ингредиентов испеките блинчики и смажьте их сливочным маслом. Картофель сварите в мундире, охладите, очистите, натрите на мелкой терке и смешайте с тертой брынзой и творогом. Добавьте рубленую зелень, яйцо, растопленное сливочное масло, посолите, хорошо перемешайте. Приготовленную начинку уложите на блинчики и заверните их рулетиками. Уложите блинчики в смазанную сливочным маслом форму, залейте взбитой сметаной, посыпьте мелко натертым сыром и запеките при 230 °С.

Блинчики на пиве

500 мл пива, 125 мл молока, 200 г пшеничной муки, 3 яйца, 1 ст.л. сметаны, 1 ст.л. сахара, 0,5 ч.л. соли. Для начинки: 200 г творога, 50 г изюма, 1 ст.л. сахара, соль по вкусу.

Яйца соедините со сметаной и молоком, добавьте сахар, соль, влейте 250 мл пива и взбейте до получения однородной массы. Затем, помешивая, всыпьте муку, влейте оставшееся пиво и еще раз перемешайте. На сковороду, смазанную маслом, наливайте тесто тонким слоем и поджаривайте блинчики с одной стороны. Для начинки творог протрите и перемешайте с изюмом, сахаром и солью. На обжаренную сторону блинчиков положите начинку, сверните их конвертом и обжарьте на масле. При подаче полейте блинчики сметаной.

Journal-plaza.net

Неповторимая нежность

Паштетом именуют мясное блюдо, которое имеет много разновидностей. В Украине и России паштеты чаще всего готовят из печени, а вот старая Европа привыкла добавлять к ней еще и дичь, мясо, яйца и даже трюфели. Предлагаем вам приготовить более изысканный вариант паштетной массы.

90 минут

632 ккал

6 порций

ФОТО: MILLIONMENU.RU

Journal-plaza.net

Паштет из птицы

НА 6 порций:

- 500 г филе индейки
- 150 г куриного филе
- 100 г гусиной печени
- 250 мл сливок
- 250 мл сметаны
- 2 ст.л. фисташек
- 2 ст.л. портвейна
- 200 г сала
- 2 ст.л. растительного масла
- 1 ст.л. черного перца горошком
- по 1 ч.л. рубленой зелени тимьяна и розмарина
- соль, перец по вкусу

1

Куриное филе обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Затем обжарьте гусиную печень. Печень нарежьте мелкими кубиками.

2

Филе индейки дважды пропустите через мясорубку, соедините со сметаной, сливками, портвейном, взбейте миксером до однородной массы. Печень вместе с фисташками и тимьяном положите в фарш, посолите, поперчите и перемешайте.

3

Сало нарежьте тонкими пластами толщиной 3 мм. Выложите в прямоугольную форму так, чтобы оно выступало на 2 см за ее края.

Journal-plaza.net

4

Выложите фарш в форму, посередине сделайте углубление. Положите в него куриное филе, накройте оставшимся фаршем. Разровняйте.

5

Выступающие края сала заверните вовнутрь. Накройте паштет оставшимся салом, вырезав его по размеру формы.

journal-plaza.net ®

6

Сверху посыпьте зеленью тимьяна и розмарина, добавьте черный перец горошком.

Накройте форму крышкой и поставьте на глубокий противень, заполненный на 3/4 водой, запекайте 1 час при температуре 220°С. При подаче выложите паштет из формы на блюдо и украсьте зеленью.

FOTO.MILLIONMENU.RU

Фритата или все же омлет?

Фритата – повседневное испанское блюдо, которое отечественный кулинар мог бы прозвать сложным омлетом. Действительно, эти кушанья очень похожи: главным ингредиентом в них являются яйца. К тому же огромное количество разных начинок позволяет экспериментировать со вкусами.

Фритата с помидорами и пореем

Рецепт на стр. 41

35 минут | 359 ккал | 4 порции

123RF

Journal-plaza.net

30 минут | 441 ккал | 6 порций

Эта фритата – настоящее спасение для занятой хозяйки, которой нужно быстро и вкусно накормить семью завтраком, а времени хватает только на приготовление омлета.

Картофельная фритата с горошком и ветчиной

Рецепт на стр. 41

Journal-plaza.net

Чтобы омлет приобрел аппетитную золотистую корочку, обжаривайте его с двух сторон на смеси растительного и сливочного масел.

Омлет-конфитюр с ягодами

На 2 порции:

- 4 яйца
- 2 ст.л. молока
- 2 ч.л. сахара
- 4 ст.л. варенья по вкусу
- 1 ст.л. тертой цедры лимона
- 30 г сливочного масла
- 1 ч.л. растительного масла
- свежие ягоды для украшения (клубника, ежевика или любые другие по вкусу)

1 Разотрите с сахаром лимонную цедру.

2 Взбейте яйца с молоком, добавьте перетертую лимонную цедру, все хорошо перемешайте.

3 Из яичной смеси на сковороде с небольшим дном на смеси растительного и сливочного масел поджарьте два тонких омлета.

4 Смажьте каждый омлет 1 ст.л. варенья, сверните омлеты в рулетики.

5 Выложите каждый омлет на блюдо, политое оставшимся вареньем. Украсьте свежими ягодами. Подавайте незамедлительно.

30 минут | 328 ккал | 2 порции

123RF

Journal-plaza.net

Фритата с помидорами и пореем

На 4 порции:

- *6 яиц*
- *4 ст.л. молока*
- *2 помидора*
- *1 крупный болгарский перец*
- *половинка маленького кабачка*
- *100 г твердого сыра*
- *стебель лука-порея*
- *3 зубчика чеснока*
- *2 ст.л. растительного масла*
- *соль, перец по вкусу*

1 Овощи вымойте. Помидоры и болгарский перец нарежьте брусочками, кабачок нарежьте крупными кубиками.

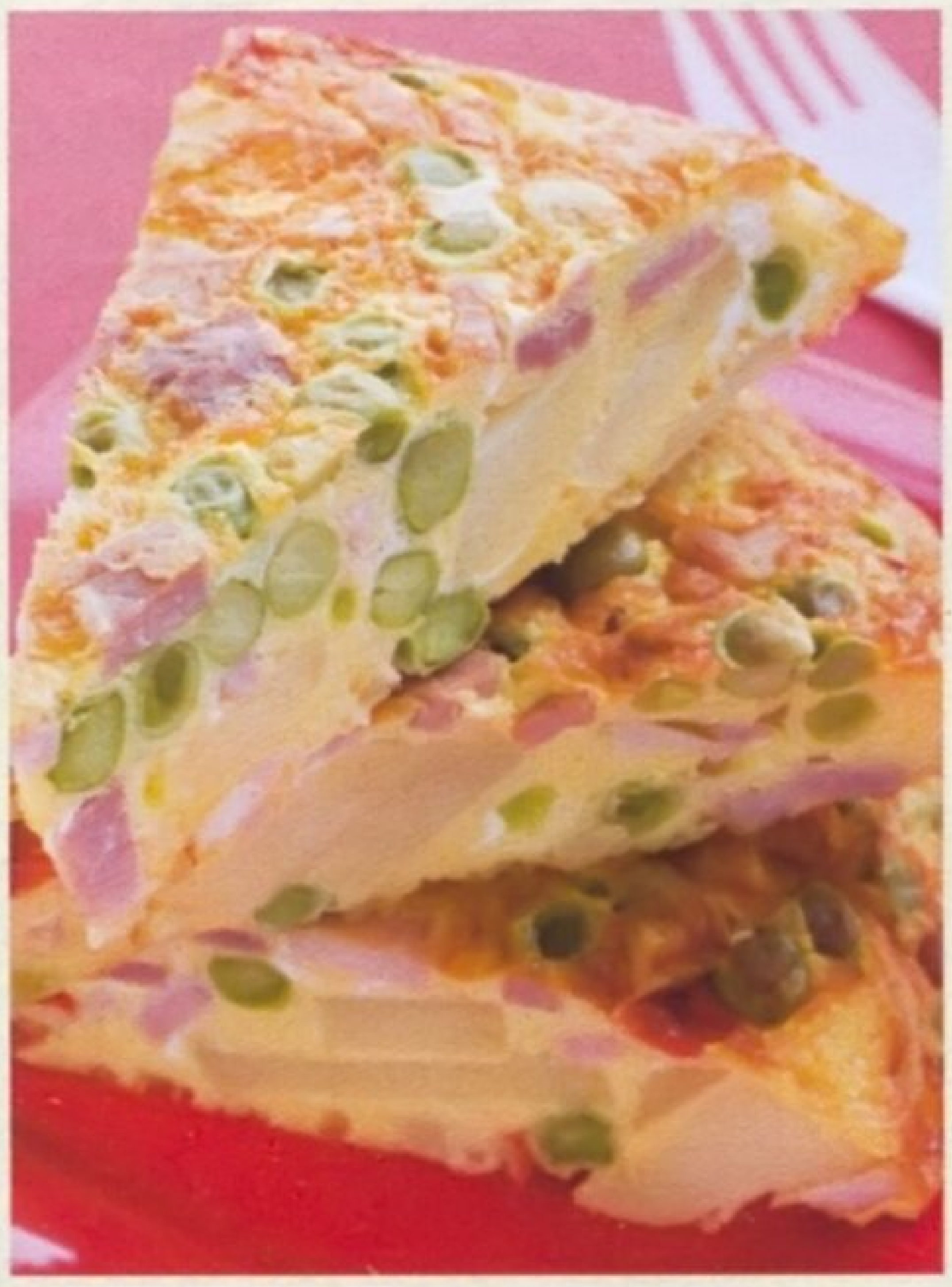
2 Лук-порей промойте и нарежьте кольцами, чеснок истолките с солью.

3 Обжарьте лук-порей и чеснок на растительном масле, добавьте остальные овощи, немного присолите, поперчите, прогрейте еще несколько минут.

4 Взбейте яйца с молоком, посолите и поперчите, добавьте в яичную смесь тертый сыр.

5 Смажьте огнеупорную форму растительным маслом, выложите на дно обжаренные овощи, сверху вылейте яичную смесь.

6 Выпекайте фритату в разогретой до 170 °С духовке 20 минут. Подавайте, разрезав на порционные части.



Картофельная фритата с горошком и ветчиной

На 6 порций:

- *8 яиц*
- *150 мл молока или сливок*
- *4 вареные картофелины*
- *150 г свежего или консервированного горошка*
- *200 г ветчины или колбасы*
- *1 крупная репчатая луковица*
- *100 г тертого твердого сыра*
- *растительное или сливочное масло для обжаривания и смазывания формы*
- *соль, перец по вкусу*

1 Консервированный горошек откиньте на дуршлаг и промойте холодной проточной водой, дайте воде стечь. Если вы используете молодой горошек, проварите его в кипящей подсоленной воде 3–4 минуты.

2 Вареный картофель очистите от кожуры, нарежьте крупными брусочками. Ветчину нарежьте кубиками.

3 Измельчите лук, обжарьте его на сливочном или растительном масле, добавьте картофель, горошек и ветчину, прогрейте несколько минут.

4 Яйца взбейте с молоком (сливками), посолите и поперчите, добавьте тертый сыр, хорошо перемешайте.

5 Смажьте огнеупорную форму маслом, выложите на дно формы обжаренную овощную смесь, сверху вылейте яичную массу, чтобы она равномерно покрыла начинку.

6 Выпекайте фритату 20 минут в разогретой духовке при температуре 180 °С.

Journal-plaza.net

Запасы на зиму

Конец лета и начало осени – самое подходящее для время для того, чтобы задуматься о пополнении кладовых. Возможно, кто-то возразит, что этот труд сейчас бессмысленный и не приносит экономии, но мы ответим, что заготовки на зиму – это в первую очередь хорошая семейная традиция.

65 минут | 856 ккал | 2 банки

Сливовый джем

На 2 банки (по 0,5 л):

- *1 кг слив*
- *1 кг сахара*
- *250 мл воды*

1 Сливы промойте, разрежьте пополам, удалите косточки и «хвостики», добавьте воду и проварите 5–8 минут.

2 Протрите сливы через сито. Смешайте сливовое пюре с сахаром и варите джем на среднем огне, время от времени помешивая.

3 Горячий джем разлейте в подготовленные банки и закатайте.

Journal-plaza.net

Варенье из черноплодной рябины с яблоками

На 2 банки (по 0,7 л):

- 400 г яблок
- 1 кг черноплодной рябины
- 1,5 кг сахара
- 500 мл воды
- 5–6 г лимонной кислоты
- корица или ваниль по вкусу

1 Ягоды черноплодной рябины опустите на 3–5 минут в кипящую воду, охладите в холодной, дайте стечь воде и переложите в варочный тазик.

2 Из 500 мл воды и 500 г сахара приготовьте сироп и залейте им ягоды. Доведите до кипения, прокипятите 3–4 минуты и отставьте. Через 8–10 часов доведите до кипения еще раз, добавьте оставшийся сахар.

3 Яблоки очистите от кожицы и семенных камер, разрежьте на мелкие дольки. Опустите их в кипящую воду на 8–10 минут, не доводя до разваривания. За 15–20 минут до окончания варки рябины в варенье положите яблоки и варите до готовности, иногда помешивая.

4 Перед окончанием варки в варенье положите лимонную кислоту и ваниль или корицу.

80 минут | 973 ккал | 2 банки

Варенье из плодов рябины обладает не только лечебным эффектом, но и прекрасным вкусом.

123RF

Journal-plaza.net

Абрикосовый джем

На 2 банки (по 0,5 л):

- *1,3 кг абрикосов*
- *1,1 кг сахара*
- *360 мл воды*

1 Приготовьте сахарный сироп. Для этого 400 г сахара растворите в кипящей воде.

2 Абрикосы разрежьте по бороздке и удалите косточки. Половинки залейте сиропом и варите 15–20 минут. Абрикосы протрите. Всыпьте оставшийся сахар.

Готовность джема определяется очень просто: поместите каплю джема на тарелку. Она должна быстро стать очень густой.

3 Варите джем в один прием, постепенно усиливая огонь и энергично помешивая массу ложкой. Время от времени снимайте шумовкой пену. Варите джем не более 30 минут.

4 Готовый джем горячим разложите в сухие прогретые банки, закупорьте жестяными крышками и охладите.

65 минут | 691 ккал | 2 банки

Journal-plaza.net

Этот легкий и быстрый рецепт апельсинового варенья идеально подойдет для обладателей хлебопечек.

80 минут | 755 ккал | 1 банка

Апельсиновое варенье

На 1 банку (0,5 л):

- *1 кг апельсинов*
- *500 г сахара*
- *сок одного небольшого лимона*

1 С апельсинов снимите цедру и нарежьте ножом на тонкие полоски (можно натереть цедру на терке).

2 Очистите апельсины от кожуры и белых пленок. Разделите их на дольки. Каждую дольку нарежьте кусочками.

3 В контейнер хлебопечки положите апельсины, полейте их лимонным соком и засыпьте сахаром.

4 Выберите программу «Варенье» («Джем») и нажмите кнопку «Старт» («Пуск»).

5 Готовое апельсиновое варенье переложите в банку и храните в холодильнике.

123RF

Journal-plaza.net

В еще одной тематической книге «Супы» Юлия Высоцкая размышляет о том, почему никто не уделяет внимания супам как отдельному блюду, и утверждает, что если проявить чуть больше фантазии в приготовлении супа, он станет настоящим кулинарным шедевром.

Суповая экспансия

35 минут · **275** ккал · **6** порций

Морковный суп-пюре с кориандром

На 6 порций:

- *1,5 л кипяченой воды*
- *600 г моркови*
- *1 красная луковица*
- *1 стебель фенхеля*
- *2 стебля сельдерея*
- *2 дольки чеснока*
- *60 мл оливкового масла*
- *большой пучок кинзы*
- *половинка перца чили*
- *1 ст.л. семян кориандра*
- *морская соль, сметана*

1 Разогрейте в кастрюле масло, бросьте в него крупно нарезанный чеснок, кориандр, разрезанную на две части половинку чили.

2 Морковь, лук, фенхель, сельдерей крупно нарежьте, положите в кастрюлю, тушите 2–3 минуты. Залейте кипятком так, чтобы вода покрыла все овощи, добавьте пучок кинзы, посолите. Варите до готовности моркови и слегка остудите.

3 Овощи взбейте в блендере, добавляйте понемногу бульон. Перелейте в кастрюлю, прогрейте. Подавайте со сметаной, украсьте листьями кинзы.

КОЛЛЕКЦИЯ «ЕДИМ ДОМА!». СУПЫ/ЮЛИЯ ВЫСОЦКАЯ. – М.: ЭКСМО, 2008. – 104 С.: ИЛ.
БЛАГОДАРИМ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКСМО» ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННУЮ КНИГУ

Journal-plaza.net

60 минут | 300 ккал | 6 порций

Суп-пюре из тыквы с сыром

45 минут | 381 ккал | 10 порций

Супчик для бедных

35 минут | 397 ккал | 4 порции

Луковый суп

Рецепты на обороте

Суп-пюре из тыквы с сыром

На 6 порций:

- *1 л овощного отвара*
- *600 г тыквы*
- *1 большая луковица*
- *50 г сливочного масла*
- *3 ст.л. оливкового масла*
- *50 г швейцарского сыра*
- *3 лавровых листочка*
- *200 г жирных сливок*
- *горсть рубленой кинзы*
- *морская соль, белый перец*

1 Разогрейте большую кастрюлю, добавьте туда сливочное и оливковое масло.

2 Лук почистите, крупно порежьте и обжарьте до прозрачности, не доводя до золотистого цвета.

3 Тыкву нарежьте крупными кусками, снимите кожуру.

4 Положите тыкву к луку, протушите, помешивая. Залейте кипящим отваром, посолите, поперчите, добавьте лавровый лист. Варите до готовности тыквы 30 минут. Готовую тыкву взбейте в блендере, понемногу добавляя бульон.

5 Суп прогрейте, добавьте сливки, натертый сыр и мелко рубленую кинзу.

Супчик для бедных

На 10 порций:

- *2 л куриного или мясного бульона*
- *2 кг брокколи*
- *10 ломтиков белого хлеба*
- *4 зубчика чеснока*
- *свеженатертый твердый сыр – пармезан или любой, который вам нравится*
- *морская соль, перец по вкусу*

1 Брокколи разделите на мелкие соцветия, срежьте грубые стебельки. Отварите соцветия в подсоленной кипящей воде.

2 Поджарьте хлеб. Это можно сделать в тостере или в духовке.

3 Натрите хлеб почищенным и разрезанным пополам чесноком.

4 Доведите бульон до кипения, проверьте на соль и перец, добавьте отваренную брокколи на 2 минуты и снимите с огня.

5 В каждую тарелку налейте большой половник супа, посыпьте тертым сыром, сверху положите кусочек хлеба с чесноком, налейте еще один половник, присыпьте сыром и подавайте немедленно.

Луковый суп

На 4 порции:

- *1 л горячей кипяченой воды*
- *4 крупные луковицы*
- *125 г сливочного масла*
- *150 г твердого сыра*
- *1 батон*
- *2 лавровых листа*
- *морская соль*
- *свежемолотый черный перец*

1 В кастрюльке с толстым дном разогрейте масло, добавьте лук, нарезанный полукольцами. Перемешайте, накройте крышкой и оставьте томиться на медленном огне.

2 Когда лук станет совсем мягким и слегка закарамелизируется, залейте все кипятком, добавьте лавровый лист, посолите и поперчите.

3 Нарежьте батон ломтиками толщиной 1 см и подсушите его в духовке. Сыр натрите на крупной терке.

4 В огнеупорную керамическую мисочку влейте суп, присыпьте сыром, сверху положите гренку, ее также присыпьте сыром и поставьте на 1–2 минуты в сильно разогретую духовку.

КОЛЛЕКЦИЯ «ЕДИМ ДОМА!». СУПЫ/ЮЛИЯ ВЫСОЦКАЯ. – М.: ЭКСМО, 2008. – 104 С.: ИЛ.
БЛАГОДАРИМ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКСМО» ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННУЮ КНИГУ

Journal-plaza.net

50 минут | 266 ккал | 4 порции

Суп из чечевицы с грибами

65 минут | 202 ккал | 4 порции

Суп-пюре из свежей кукурузы

40 минут | 277 ккал | 6 порций

Суп из авокадо

Рецепты на обороте

Journal-plaza.net

Суп из чечевицы с грибами

На 4 порции:

- 1 л куриного бульона
- 125 г чечевицы
- 2 крупных лука-шалота
- 2 крупные дольки чеснока
- 2 сухих перца чили
- 100 г шампиньонов
- 2 ст.л. оливкового масла
- сок 1 лимона
- 1 лавровый лист
- соль, перец по вкусу

1 Крупно нарежьте лук. В высокой сковороде разогрейте оливковое масло, потушите лук на медленном огне до прозрачности. Добавьте раздавленный чеснок, искрошенный чили, протушите.

2 Нарежьте крупно грибы и отправьте в сковороду. Накройте крышкой, готовьте 5 минут, помешивая.

3 Добавьте чечевицу и залейте бульоном так, чтобы все было покрыто двойным объемом, доведите до кипения, после чего добавьте лавровый лист.

4 Убавьте огонь и варите до полной готовности чечевицы (около 30 минут). Посолите, приправьте черным перцем и соком лимона.

Суп-пюре из свежей кукурузы

На 4 порции:

- 1/2–1 л горячей кипяченой воды
- 4 початка свежей кукурузы
- половина луковицы
- 3 ст.л. растительного масла (лучше кукурузного)
- 1 красный сладкий перец
- 100 мл сливок
- горсть листьев петрушки
- щепотка белого перца
- морская соль по вкусу

1 Кукурузу почистите, срежьте ножом зерна, мелко нарежьте лук. В большой кастрюле разогрейте масло и обжарьте лук до прозрачности, добавьте кукурузные зерна, потомите минуту, залейте кипятком и варите 30 минут.

2 Готовую кукурузу взбейте в блендере (горсть зерен оставьте целыми), добавляя по необходимости отвар.

3 В суп добавьте сливки, целые зерна кукурузы, белый перец, посолите. Сладкий перец запеките в духовке, положите на 3 минуты в пакет. Снимите кожицу, удалите зерна, взбейте в блендере.

4 Суп прогрейте, разлейте по тарелкам, добавьте столовую ложку пюре из красного перца и посыпьте петрушкой.

Суп из авокадо

На 6 порций:

- 1,5 л воды
- 5 авокадо
- 2 луковицы
- 3 зубчика чеснока
- 1 морковь
- 1 стебель сельдерея
- 2 помидора
- 2 ст.л. оливкового масла
- горсть рубленой кинзы
- молотый белый перец
- морская соль

1 Морковь, сельдерей и луковицу залейте водой и сварите овощной отвар.

2 В большой кастрюле разогрейте оливковое масло, слегка потушите нарезанный лук и чеснок.

3 Добавьте мякоть авокадо, влейте немного бульона, посолите и поперчите по вкусу.

4 Взбейте суп в блендере. Если он получается слишком густым, добавьте еще бульона.

5 Помидоры ошпарьте, снимите с них кожицу и нарежьте небольшими кубиками, удалив семена и сок. Подавайте суп с кукурузными лепешками, добавив в тарелку немного помидоров и кинзы.

КОЛЛЕКЦИЯ «ЕДИМ ДОМА!». СУПЫ/ЮЛИЯ ВЫСОЦКАЯ. – М.: ЭКСМО, 2008. – 104 С.: ИЛ.
БЛАГОДАРИМ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКСМО» ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННУЮ КНИГУ

Journal-plaza.net

65 минут | 284 ккал | 4 порции

Борщ из запеченной свеклы

70 минут | 313 ккал | 6 порций

Томатный суп с гренками

70 минут | 390 ккал | 6 порций

Холодник по-польски

Рецепты на обороте

Journal-plaza.net

Борщ из запеченной свеклы

На 4 порции:

- *1 л воды* • *1 луковица*
- *1 стебель лука-порея*
- *5–6 крепких свеколок*
- *2 стебля сельдерея*
- *2–3 ч.л. сока лимона*
- *горсть рубленого укропа*
- *100 г жирной сметаны*
- *5 горошин душистого перца*
- *морская соль, перец*

1 Нарежьте лук-порей, луковицу и сельдерей, добавьте душистый перец, залейте холодной водой и сварите бульон. Свеклу тщательно вымойте и почистите, нарежьте кружочками толщиной 3–5 мм и выложите в один слой на противень.

2 Соль истолките с черным перцем и присыпьте этой смесью свеклу. Поставьте противень в духовку и запекайте до готовности 25–30 минут.

3 В готовый бульон добавьте лимонный сок, укроп, соль и перец. Испеченную свеклу нарежьте тонкими полосками, выложите на дно суповой миски, залейте бульоном, добавьте сметану.

Томатный суп с гренками

На 6 порций:

- *800 г помидоров*
- *1 красный сладкий перец*
- *2 дольки чеснока*
- *6–8 ст.л. оливкового масла*
- *1 ч.л. сухих помидоров*
- *6 горошин черного перца*
- *серый хлеб*
- *пучок базилика*
- *морская соль по вкусу*

1 Помидоры крупно нарежьте. Чеснок порубите. Срежьте с перца плодоножку, удалите семена, нарежьте полосками. Уложите все в высокий противень.

2 Разотрите в ступке сухие помидоры, перец горошком и щепотку соли. Присыпьте получившейся смесью помидоры, перец и чеснок, полейте все оливковым маслом. Запекайте в разогретой до 200°С духовке 45 минут.

3 Треть запеченных помидоров отложите, снимите кожицу и измельчите, добавьте к ним мелко нарезанный базилик, перемешайте. Оставшиеся овощи взбейте в блендере. Нарежьте хлеб, подсушите в духовке. Налейте суп в тарелку, сверху положите ложку помидоров и гренку.

Холодник по-польски

На 6 порций:

- *1 л холодной кипяченой воды*
- *6 небольших отваренных свеколок*
- *30 раков*
- *3 отварных яйца*
- *6 огурчиков*
- *500 мл жидкой сметаны*
- *пучок сухого укропа*
- *пучок свежего укропа*
- *пучок зеленого лука*
- *душистый перец горошком*
- *морская соль*

1 В кипящую воду добавьте соль, душистый перец и пучок сухого укропа. Опустите раков в кипящий маринад и варите 35–40 минут.

2 Почистите свеклу, натрите на крупной терке, залейте холодной водой, добавьте сметану и посолите.

3 Мелко нарежьте огурцы, лук, свежий укроп и добавьте в холодник.

4 Разлейте по тарелкам, положив в каждую половинку яйца и несколько очищенных раковых шеек. Подавайте холодник с горячей молодой картошкой, приправленной молодым чесноком и укропом.

КОЛЛЕКЦИЯ «ЕДИМ ДОМА!». СУПЫ/ЮЛИЯ ВЫСОЦКАЯ. – М.: ЭКСМО, 2008. – 104 С.: ИЛ.
БЛАГОДАРИМ ИЗДАТЕЛЬСТВО «ЭКСМО» ЗА ПРЕДОСТАВЛЕННУЮ КНИГУ

Journal-plaza.net

Скажи «сы-ы-ыр»

Бутерброды, приготовленные для детей, должны быть не только полезными, но и вкусными. И, что очень важно, возбуждающими аппетит. А необычные кусочки сыра, красующиеся на бутербродах, безусловно, понравятся ребятишкам.

Бутерброды «Сырные елочки»

На 4 порции:

- 100 г твердого сыра
- 4 ломтика хлеба
- 50 г сливочного масла
- 2 ст.л. рубленой зелени

1 Сыр нарежьте пластинками толщиной 1 см, затем с помощью специальной формочки вырежьте из сырных пластинок фигурки елочек.

2 Из хлеба вырежьте кружочки, смажьте их маслом и обильно посыпьте зеленью.

3 Поставьте «елочки» на хлебные «полянки».

Journal-plaza.net

Бутерброды «Буковки»

На 4 порции:

- *4 ломтика пшеничного хлеба*
- *200 г отварного мяса*
- *половина огурца*
- *50 г сливочного масла*
- *100 г твердого сыра*
- *2 ст.л. рубленой зелени*

1 Отварное мясо нарежьте тонкими ломтиками. Огурец нарежьте кружочками.

2 Ломтики хлеба смажьте сливочным маслом, уложите сверху кусочки мяса, на них – огуречные кружочки.

3 Из твердого сыра вырежьте буквы, соответствующие инициалам каждого из членов семьи. Уложите их на бутерброды.

4 Подавайте бутерброды, выложив на листья салата и оформив зеленью.

Легкость бытия

На этом красочном развороте вас ждет самая настоящая «дольче вита» – сладкая жизнь. Такая, какой вы помните ее еще с детства, – с тортиками, пирожными, вафлями и суфле... Вот и победительницы нашего кулинарного конкурса знают, что когда дело доходит до десерта, жизнь становится по-настоящему легкой и необычной.

Ягодно-сметанный десерт от Екатерины Киселевой из Киева

На 8 порций:

- *200 г красной смородины*
- *200 г черники*
- *400 г сметаны (25% жирности)*
- *200 г сахара*
- *25 г желатина*
- *125 мл воды*

1 Ягоды промойте под проточной водой, обсушите на полотенце. Немного крупных ягод на веточках отложите. Сметану взбейте миксером вместе с сахаром.

2 Пакетик желатина растворите в горячей воде, тонкой струйкой влейте в сметанный крем и взбивайте еще 3 минуты. Осторожно подмешайте ягоды.

3 Кастрюлю или глубокую миску выстелите пленкой для обертывания продуктов, влейте массу и поставьте в холодильник на 3 часа для застывания.

4 Перед подачей переверните миску на блюдо, аккуратно удалите пленку и украсьте десерт ягодами на веточке.

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ЧИТАТЕЛЯМИ

Journal-plaza.net

Освежающий летний тортик от Наталии Дудки из Хмельницкого

На 8 порций:

- 500 г спелой клубники
- 500 г маскарпоне (или жирной творожной массы)
- 200 г муки
- 125 г овсяных хлопьев
- 150 г сливочного масла
- 120 г сахара
- 1 желток
- щепотка соли
- пакетик ванильного сахара
- свежая мята для украшения

1 Смешайте муку с 50 г овсяных хлопьев. Сделайте углубление в муке, положите 25 г сахара, желток, соль и 3 ст.л. ледяной воды. Холодное масло порежьте на кубики и положите в муку.

2 Быстро вымесите тесто, заверните в пленку и оставьте охлаждаться на час. Присыпьте мукой дощечку и раскатайте тесто. Выложите в разъемную форму, сделайте бортики и поколите в нескольких местах. Выпекайте 20 минут при 200°С. Остудите.

3 Сырную массу смешайте с ванильным сахаром. Нанесите на корж. Клубнику вымойте, обсушите, порежьте вдоль и равномерно распределите.

4 Хлопья обжарьте на оставшемся масле с сахаром до хрустящего состояния. Посыпьте ими торт. Украсьте мятой.

Journal-plaza.net

Конец лета – начало осени, а это значит, что сезон бахчи в самом разгаре. Ежедневное поглощение килограммов сочной мякоти арбузов и дынь уже порядком поднадоело. Что же делать? Предлагаем готовить фреш! Основа вроде бы и бахчевая, но вкус все-таки немного другой.

Дынно-арбузная сказка

10 минут | 108 ккал | 2 порции

Фреш из дыни и сельдерея

На 2 порции:

- *половина небольшой сочной сладкой дыни*
- *2 черешка сельдерея*
- *1 см корешка имбиря*

1 Имбирь, сельдерей и дыню хорошо вымойте.

2 С имбиря и дыни снимите кожуру, черешки сельдерея очистите от пленок, нарежьте ломтиками.

3 Взбейте ингредиенты в блендере. Сразу же подавайте.

123RF

Journal-plaza.net

Арбузный фреш с лимоном

10 минут | 105 ккал | 4 порции

На 4 порции:

- *800 г мякоти арбуза*
- *8 лимонов*
- *8 ложек дробленого льда*

1 Арбуз очистите от кожуры и семечек. Выдавите сок из лимонов.

2 Взбейте мякоть арбуза и лимонный сок в блендере, добавьте колотый лед.

Попробуйте отгадать загадку: чем можно одновременно наесться, напиться и умыться? Конечно же, арбузом! Он утоляет жажду, обеспечивает насыщение и отлично очищает кожу.

Journal-plaza.net

Богатство вкуса этого фруктового десерта хорошо подчеркнет ванильное мороженое. Подавайте шарики мороженого отдельно – в небольших пиалах или в мелких тарелочках.

Фруктовая корзинка из дыни

На 2 порции:

- 1 небольшая круглая дыня
- 200 г клубники
- 100 г черешни
- 150 г крупного винограда
- 2 персика
- 1 сладкая груша
- 2 ст.л. сахара
- листики мелиссы или мяты для украшения
- ломтики киви для декора

1 Аккуратно разрежьте дыню пополам, чтобы получились две корзинки с фигурными «зубчиками». Удалите косточки, выньте мякоть ложкой, нарежьте ее кубиками.

2 Персики нарежьте ломтиками. У клубники удалите плодоножки, крупные ягоды разрежьте пополам. У черешни выньте косточки. Груши очистите от кожуры и сердцевины, нарежьте кубиками. Промойте виноград.

3 Смешайте все фрукты в миске, подождите 20 минут, пока стечет сок, и откиньте на дуршлаг. Получившийся сок вскипятите, добавьте сахар и варите до загустения 3–5 минут. Остудите, залейте фрукты сиропом, сложите их в «корзинку», украсьте мятой. На тарелку также уложите киви.

KHOM LTD

Утро хорошего дня

Вы начинаете свое утро с чашки чая или кофе с бутербродом? Тогда вы, пожалуй, знаете вкус хрустящего ломтика хлеба из тостера с маслом и кусочком ветчины. Если не знаете, внимательно изучите подборку и присмотрите себе тостер.

Тостер Krups FEM2

■ Мощность – 1100 Вт. Два отделения для двух ломтиков хлеба. Автоцентрирование тостов. Многопозиционная система подъема тостов. Электронный контроль обжаривания. Функции «Размораживание» и «Подогрев». Глубокий поддон для крошек (8 мм). Кнопка остановки обжаривания.

Тостер Binatone CWT-290

■ Мощность – 950 Вт. Два широких слота для хлеба. Контроль степени прожарки тоста. Функция разморозки тоста. Приспособления для подогрева булочек. Автоматический подъем готового тоста. Поддон для крошек для удобной чистки. Функция Crumpet позволяет поджарить тост только с одной стороны.

Тостер TEFAL Delfini

■ Мощность – 800 Вт. Два отделения для двух ломтиков хлеба. Ширина отделения – 30 мм. Автоцентрирование тостов любой толщины. Термоизолированный корпус. Выдвижной лоток для крошек. Термостат на 7 позиций, включающий функции размораживания, отключения и выброса тостов. Подогрев булочек.

Тостер MOULINEX TT 1500

■ Мощность – 850 Вт. Два отделения для двух ломтиков хлеба. 6-позиционный электронный регулируемый термостат (6 степеней обжарки тостов). Автоцентрирование ломтиков. Высокий подъем тостов. Клавиша остановки обжаривания. Лоток для крошек.

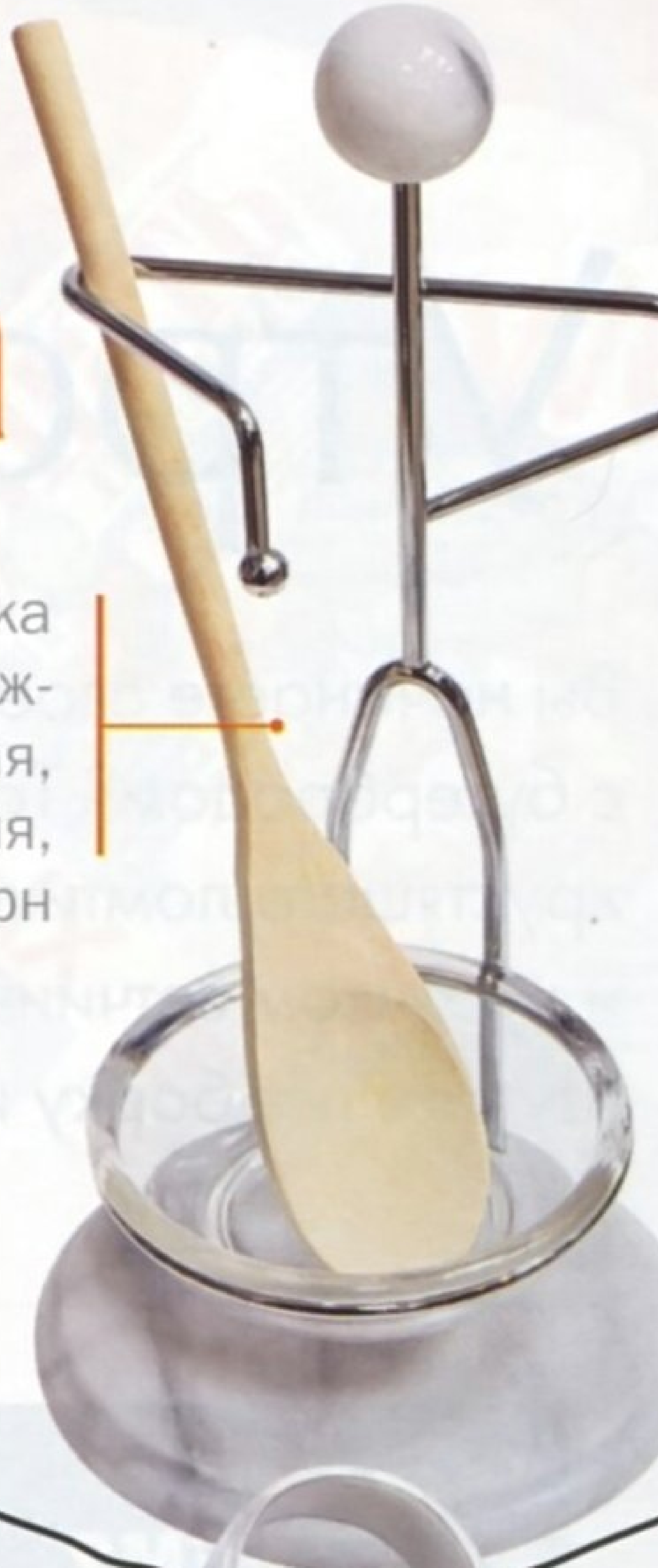
Тостер Rowenta Morrison

■ Мощность – 1000 Вт. Два широких отделения для двух ломтиков хлеба. Электронный термостат на 7 позиций (7 степеней обжарки тостов). Автоцентрирование ломтиков хлеба. Термоизолированный корпус. Лоток для крошек. Отделение для хранения шнура.

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ КОМПАНИЯМИ

Всякая всячина

Для всех хозяек кухня – это самое любимое место во всем доме, где можно не только посидеть с домочадцами за чашечкой чая, но и поупражняться в приготовлении новых кулинарных шедевров. А аксессуары с этой страницы станут помощниками в этом деле.



Подставка для ложки белая, Бразилия, 70 грн

Венчик для взбивания BergHOFF, Бельгия, 59 грн

Молоток для мяса BergHOFF, Бельгия, 102 грн

Нож для чистки овощей Gipfel, 28 грн

Пресс для чеснока «Посуд De Luxe», 35 грн

Молоток деревянный для мяса «Посуд De Luxe», 25 грн

Измельчитель для моркови Vitesse, Франция, 33 грн

Нож для пиццы Vitesse, Франция, 99 грн

Набор для торта (лопатка и нож) BergHOFF, Бельгия, 214 грн

Посуда: магазин сети «Посуд De Luxe» (ул. Княжий Затон, 2/30, тел.: 573-78-55), магазин «Le Mage. Посуда и товары для дома» (ул. Мишуги, 2, тел.: 577-09-30)

Journal-plaza.net

Любимый горошек

Знатоки утверждают, что каждая уважающая себя женщина должна иметь в гардеробе хотя бы одно платье в горошек. Ведь горошек – это классика. Примерно то же самое мы можем сказать и о декоре стола. Горошек всегда остается модным в дизайне, главное – умело сочетать его с яркими аксессуарами.

1 Правду говорят, что хорошо забытое старое – это и есть новое. Поэтому основой сегодняшней сервировки может стать «древний» бабушкин сервиз. Помните, такой ярко-красный в крупный белый горошек? Еще поколение назад такой набор столовой посуды был на кухне почти у каждой хозяйки.

2 Если вы уверены, что этот семейный «раритет» не дожил до нынешних дней, тогда стоит обзавестись несколькими тарелками и чашками в горошек. В посудных магазинах их можно купить и поштучно. Поэтому воспользуйтесь этой чудной возможностью и выбирайте посуду разных цветов (например, красного, розового и зеленого) и неодинаковых размеров – плоские закусочные, десертные и глубокие суповые тарелки.

3 Столовое серебро вместе с таким буйством красок будет выглядеть нелепо, поэтому поищите и приборы с ручками такого же «фасончика».

4 Скатерть выберите светлую однотонную или в тонкую полоску. Розовые салфетки и матовые пластиковые стаканы дополнят сервировку. А букет из первых осенних цветов подарит атмосферу тепла и уюта.

BURMESTER. PICTURE PRESS

Journal-plaza.net

5 способов сделать компот еще вкуснее

Витаминный, пряный, красочный, вкусный, освежающий... Дадите ли вы подобную характеристику приготовленному собственноручно компоту? Не уверены? Тогда внимательно изучите предложенный перечень «вкусностей» и сделайте домашний напиток действительно необычным!

- Чтобы сделать вкус и цвет яблочного компота более интересными, добавьте десяток веточек базилика и два лимона, нарезанных кружочками. Именно лимон подарит напитку нежно-розовый цвет вместо обычного сизого.
- В компот можно положить несколько кружочков консервированного ананаса. Учтите, что они очень сладкие, поэтому рассчитайте общее количество сахара.
- Вкус компота из черешни, клубники (можно мороженых) и яблока станет пряным, если добавить несколько горошин душистого перца, парочку бутонов гвоздики и палочку корицы (перед закладкой фруктов и ягод специи необходимо вынуть).
- Если в холодильнике осталось немного позабытого домочадцами варенья, положите его в компот во время варки.
- Кроме лимона, в компот можно добавлять и другие цитрусовые, например мандарины и апельсины (цедру обязательно натрите на мелкой терке).

123RF

Journal-plaza.net